

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ "Радуга" Конная, д.9

/Н.Н. Тимофеева /

МЕНЮ

15 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	77,90	0,00
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	1,00	6,00	39,00	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,40	7,00	15,00	144,60	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	92,60	0,00
Итого			410	10,74	12,34	50,00	354,10	0,00
II Завтрак								
	TKN№048	ГРУША	100	2,60	2,90	12,40	86,10	0,00
Итого			100	2,60	2,90	12,40	86,10	0,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	2,00	3,94	35,50	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	185/10/5	4,50	6,20	12,40	123,40	0,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,83	2,22	10,59	69,80	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	7,60	22,00	166,00	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,36	0,10	10,00	42,30	0,00
	TKN№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,80	0,80	12,80	65,50	0,00
Итого			700	13,02	19,12	82,33	553,50	0,00
Полдник								
	TKN№053	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	2,64	4,06	2,08	55,47	0,04
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,38	2,09	11,15	79,68	7,80
	TKN№020	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	10,00	40,60	0,00
	TKN№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,80	0,80	12,80	65,50	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,23	5,23	29,30	184,88	0,00
Итого			500	13,87	12,39	75,93	477,13	7,84
Всего				40,23	46,75	220,66	1 470,83	7,84

Повар

Местова

М.В.Тестова



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ "Радуга" Конная, д.9

/Н.Н. Тимофеева /

МЕНЮ

16 сентября 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,52	5,50	13,30	120,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,57	4,15	27,90	162,80	0,00
	TKN№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	92,40	0,00
Итого			420	11,29	12,45	54,80	376,00	0,00
II Завтрак								
	TKN№051	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
	TKN№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	6,80	0,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	1,90	2,19	14,62	86,07	7,85
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	8,50	10,00	15,30	185,20	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,39	5,91	13,26	120,86	10,11
	TKN№031	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	1,00	1,30	15,00	75,70	0,00
	TKN№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	TKN№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,50	7,70	39,60	0,00
Итого			680	16,29	20,02	73,54	544,83	17,96
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	2,99	3,05	15,75	102,41	0,00
	TKN№055	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	2,80	5,50	25,00	160,70	0,00
	TKN№042	МАНДАРИН	100	2,70	3,00	13,00	89,80	0,00
	TKN№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	125	5,63	6,25	5,63	101,25	0,00
	TKN№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
Итого			615	16,75	18,85	77,48	546,56	0,00
Всего				45,23	51,50	224,00	1 550,19	21,56

Повар



М.В.Тестова